Rok II. 6 lipca 1930 r. Nr. 14

# MATKA I GOSPODYNI

DODATEK DWUTYGODNIOWY DO „DZWONU NIEDZIELNEGO” Nr. 27.

## Wejście w siebie.

Pisałam w ostatnim Nrze naszego pisemka, że należałoby skorzystać z wakacyj, z pobytu na letnisku, ażeby zapoznać się lepiej z naszemi dziećmi.

Ale to nie jedyna moralna korzyść, którą odnieść winniśmy; jest druga, dla nas równie, jeżeli nie bardziej ważna, a to — wejście w siebie.

Co to znaczy „wejść w siebie?” Znaczy to poznać samego siebie. „Ależ ja siebie znam“ — powie może ta lub inna kobieta. Niestety, mało temu wierzę. Bo znać siebie, to nietylko wiedzieć, co ja lubię, a czego nie lubię, co mi robi przyjemność, co chcę uczynić i t. d.; ale znać siebie — to znać przedewszystkiem swoje wady, swoje złe, grzeszne zachcenia.

W ciągu roku szkolnego każda matka wychowująca dzieci żyje w ciągłej pracy i gorączce zajęć. To trzeba zrobić, tam pójść, to sprzątnąć, kupić, ugotować, a to znów uszyć lub załatać i t. d. Od świtu do nocy kołowrotem, bieganina, dreptanie w domu, a nigdy i nigdzie spokoju i ciszy. W takim haosie nie da się skupić, zastanowić dłużej nad sobą, to i owo w sobie zmienić. Pewnie, że są kobiety, często przystępujące do Sakramentów św., które mimo wszystko potrafią być skupione i pracować nad sobą; ale takich jest nie wiele, a i te potrzebują z pewnością głębszego wniknięcia w siebie od czasu do czasu.

Kiedy jesteśmy na wsi, kiedy nas piękna natura otoczy, wtedy łatwiej duszy wznieść się do Boga, do Stwórcy Wszechrzeczy. Skorzystajmy więc z tych chwil wolnych i cichych. Siedząc gdzie w lesie, lub leżąc bezczynnie na leżaku czy też trawie, poświęćmy chwil kilka w ciągu dnia naszej duszy. Niech i ona ma też swoje wakacje; niech nabierze sił — tej łaski Bożej, tak bardzo każdej z nas potrzebnej.

Ale, że nie łatwo jest skupić się, więc dlatego trzeba pomyśleć o wzięciu na wakacje jakiej dobrej religijnej książki. Świetną byłaby do tego celu „Chrześcijańska filozofja życia“. Króciutkie rozdziały, zawierające głębokie myśli, nadają się

doskonale na przeczytanie w niezbyt długim czasie. Po każdym takim krótkim posiłku duchowym można, patrząc w niebo, snuć najprzeróżniejsze myśli, dotyczące nas i życia naszego. Czytając rozdział za rozdziałem, dzień po dniu, nabierzemy moc światła w najprzeróżniejszych sprawach życiowych.

Z końcem wakacyj poczujemy wyraźnie skutek tego Boskiego lekarstwa ; życie nasze wyda się nam bardziej celowem, lżejszem i może — szczęśliwem. Przestaniemy narzekać na wszystko i wszystkich, widząc we wszystkiem osobistą krzywdę. Nauczy nas może to święte czytanie wejścia w siebie, patrzenia na wszystko jako na wolę Bożą ; a wtedy posiądziemy największy skarb — pogodę duszy, tę prawdziwą radość synów Bożych.

Tak spędzając wakacje – nie przeszkodzimy ciału odpocząć, a równocześnie zyskamy największe dobro prawdziwe zdrowie duszy. *Dr. Estreicherowa.*

# Kobieta polska w dawnych wiekach.

**(X — XII w.).**

Jak z oczu — to i z pamięci, zwykliśmy mówić. I dużo jest w tem prawdy. Niech kto od nas odjedzie na bardzo długo, albo nie daj Boże, umrze, to dłuższy lub krótszy czas pamiętamy, a potem pamięć o tej osobie (o ile to nie jest bardzo bliski), staje się coraz bardziej „mglistą".

To samo się dzieje z różnemi postaciami historycznemi, które kiedyś żyły, istniały, robiły dużo dobrego, potem, przyszły znów inne i o pierwszych się zapomniało i tak dalej.

A jednak ciekawie byłoby czasem zapoznać się z takiemi niewiastami, które dawno temu żyły, też pracowały jak my i robiły dużo dobrego. Dlatego mamy opowiedzieć tu o kilku polskich niewiastach z dawnych wieków.

Pierwszą historyczną postacią polskiej kobiety jest siostra Mieszka I., Adelajda. Wyszła ona za króla węgierskiego Gejzę, który był wtedy poganinem i skłoniła go do przyjęcia chrześcijaństwa z całym narodem. Jej więc zawdzięczają Węgry światło prawdziwej wiary. Syn jej św. Stefan (lub Szczepan) to ukochany król i patron Węgier. Koroną jego koronowali się wszyscy królowie węgierscy aż do upadku

monarchji w r. 1918. Kroniki piszą o tej Adelajdzie, że była wykształcona i znała Pismo św., a była tak mądrą, że ona właściwie rządziła królestwem Węgierskiem.

Córka zaś Mieszka Starego, Sygryda, wyszła za mąż za króla duńskiego. Kroniki podnoszą jej niezwykłą energję, dumę i męstwo. Ale musiała być dobrą matką i pobożną chrześcijanką, gdyż synem jej był św. Kanut Wielki, monarcha niezwykle potężny, bo panował nad Anglją, Danją, Szwecją i Norwegją. Panował w dobrem znaczeniu, bo przedewszystkiem starał się o rozszerzenie wiary katolickiej w swoich krajach. Przed nim wiara ta, choć dawno zaszczepiona, bardzo słabo się rozwijała, dopiero on przyczynił się do jej rozszerzenia, za co go Kościół policzył w grono świętych.

W tych czasach, pełnych niebezpieczeństw, kobieta musiała być odważna, niemal, jak mężczyzna. I to nietylko kobiety z królewskiego rodu, ale i z ludu. Kronika jedna wspomina, że dwie kobiety z Mazowsza poszły raz do lasu zbierać poziomki, a było to za Bolesława Krzywoustego (XII wiek) w czasie wojen z Pomorzanami. Nagle ujrzały w lesie uzbrojonego Pomorzanina. Nie przelękły się wcale, tylko odebrały mu broń, ręce mu związały w tyle i zaprowadziły więźnia do obozu polskiego. Musiały być nielada mocne, kiedy dały radę wojakowi, ale też i odważne, że przed nim nie uciekły.

Prócz niewiast mocnych i dzielnych, zjawia się już także typ kobiety łagodnej, pełnej słodyczy i miłości bliźniego, jaki zasłynie później, zwłaszcza w XIII wieku. Taką jest Oda, druga żona Mieszka I, która dbała o służbę Bożą, litowała się nad jeńcami i odsyłała ich do ojczyzny. Również niewieścią łagodnością zasłynęła Emnilda, trzecia żona Chrobrego. Znana jest wszystkim historja o 3 młodzieńcach, których król skazał na śmierć, a ona ulitowawszy się nad ich młodością, ukryła w klasztorze i gdy gniew królewski przeszedł, przyznała się do tego czynu mężowi. Król, który żałował swej porywczości, przebaczył młodzieńcom z radością i do swej łaski ich przywrócił.

Z tych skąpych zapisków widzieć można, że kobieta polska gra odrazu wielką rolę w historji i słynie tak z odwagi, mądrości i dzielności, jak też z łagodności i umiłowania nauki Chrystusowej.

*T. St.*

# Straszne, najokropniejsze zło.

Tyle w życiu ludzkiem jest smutku, tyle trosk i łez, a tak mało chwil jasnych, szczęśliwych, że każda Czytel-

niczka, która bierze gazetkę do ręki chciałaby z pewnością czytając ją, zapomnieć o tem, co boli, a myśl rozerwać rzeczą ciekawą i pogodną. Wiem to dobrze i rozumiem. Ale mimo to chcę z Wami, Matki drogie, pomówić dziś o rzeczy złej, najgorszej i najokropniejszej. O rzeczy takiej, o której dawniej by się nie mówiło, nie pisało, ale dziś o niej trzeba nie tylko wiedzieć — ale dowiedziawszy się zaraz dalej rozpowiadać, mimo, że to straszne.

Tem złem okropnem, tem złem groźnem Waszym córkom, siostrom, wnuczkom — jest t. zw. „handel żywym towarem“. Co to znaczy, spytacie może? Handlować — to wie każda co to jest, ale „żywym towarem?” Tym towarem żywym — to właśnie nasze polskie, lub innej narodowości dziewczęta.

Były czasy, kiedy świat był pogański, że rodzice dzieci swe lub panowie różni sługi sprzedawali za duże pieniądze. Ale to robili dzicy, robili, bo nie znali Boga prawdziwego, nie mieli nauki, ani świadomości zła.

Ale ci, co dziś handlują ludźmi, co dziewczęta nasze wywożą na sprzedaż — ci — to wiedzą co robią. Oni łowią dziewczęta poto — by za nie dostać grube pieniądze; im ładniejszy, im młodszy towar — tem więcej się za niego dostanie. Ale nie myślcie, że Ci handlarze jawnie to robią! O, nie! Oni są sprytni i zbrodnie swe umieją dobrze ukryć.

Pod najprzeróżniejszemi pozorami łapią dziewczęta, to obiecując im dobrą służbę, to biorąc je niby na maszynistki do biura swego, to znów obiecują się ożenić i pod tym lub innym pozorem wywożą dziewczynę za granicę, najczęściej za morze, do Ameryki południowej lub Afryki. Innym znów obiecują, że z nich zrobią tancerkę, lub śpiewaczkę, albo aktorkę filmową i t. p. Sposobów jest mnóstwo, bo niemądre dziewczyny wierzą chętnie obietnicom takich panów, nowe nieznane życie uśmiecha się im, więc nieraz uciekają pokryjomu z domu, byle wyjechać i „zrobić” majątek za granicą, lub „zdobyć sławę“. Biedne, naiwne dziewczyny nie mają pojęcia, że ich tylko oszukują, że w każdym mieście, gdzie się zatrzymują owym „domem noclegowym“, to dom rozpusty.

Do niego wiozą je, odprzedają za drogie pieniądze, a potem... o tem by się już mówić nie chciało. Potem tak sprzedana biała niewolnica zostaje własnością tej osoby, która dom taki utrzymuje; najczęściej są to zwyrodniałe kobiety, powiedzmy lepiej „potwory“, bo słowo „kobieta”, to zbyt wzniosłe dla nich.

Właścicielka domu rozpusty karmi swe „pupilki", ubiera je w modną tandetę i sprzedaje mężczyznom; biedne dziewczę musi być zawsze na usługi we dnie i w nocy i to każdemu, kto ją mieć zechce. Nie wolno jej się sprzeciwić — a jeśli która hardo się stawia, to bierze chłostę taką, że tygodnie po niej leży chora. Często też kończą swój męczeński żywot biedne niewolnice, nie ujrzawszy już wolności, nie zobaczywszy ani świata, ani rodziny.

Szajki handlarzy żywym towarem są świetnie zorganizowane; wszędzie mają swoich pomocników, takich agentów (b. często są niemi żydzi), pośredników, którzy upatrują ładną i młodą dziewczynę, zastawiają na nią sidła, no i biorą się do roboty. — Jeżeli handlarz jest wprawny, to potrafi do 30 dziewczyn sam jeden rocznie sprzedać.

Ponieważ ten handel jest dziś, jak mówiłam, bardzo rozpowszechniony i to nie tylko u nas w Polsce, ale na całym świecie, więc też wszystkie kraje chrześcijańskie wspólnie pracują nad tem, żeby wykrywać szajki, oddawać je w ręce policji i aby wyrwać biedne dziewczyny z rąk tych złoczyńców.

Udało się zebrać bardzo obszerny i ciekawy materjał dotyczący tej sprawy; podam go więc moim Czytelnikom w następnych numerach. Przekonacie się wtedy, że to, co piszę nie jest bajką, ale straszną prawdą.

*Dr. Estreicherowa.*

# Dobra gospodyni.

## O wadach mleka i środkach zaradczych.

(„Zagroda wzorowa" — Przewodnika kółek rolniczych").

Skład mleka nie jest rzeczą stałą i mogą w nim występować odchylenia, a nawet wady i zmiany organiczne. Najczęściej spotykamy następujące wadliwe gatunki mleka.

**Mleko wodniste** zawiera zbyt wielką ilość wody, a zamało tłuszczu, mleko takie może pochodzić od krów przeziębionych zimną wodą lub trzymanych w zbyt zimnej oborze na przeciągach, oprócz tego mleko wodniste może pochodzić od krów chorych na zaburzenie żołądkowe lub wreszcie wskutek żywienia krów dojnych paszą wodnistą, zawierającą za mało białka i krochmalu.

**Mleko kwaśne** jest to mleko, które kwaśnieje prędzej niż zwykle, po skwaśnieniu mleko takie ma wygląd mleka zwarzonego. Przyczyną takiego zjawiska najczęściej bywają upały — a właściwie duszne powietrze w oborach. Ażeby zapobiec takiemu kwaśnieniu mleka należy zaraz

po wydojeniu krowy, mleko ostudzić do 10° C, albo też ogrzać je do temperatury 70° do 80° C. i natychmiast ostudzić do 0°, w ten sposób zabija się zarazki, powodujące zbyt szybkie kwaśnienie.

**Mleko sine,** na którem ukazują się sine plamki i niebieskie żyłki, jest zarażone przez pewne bakterje. Pod tą zabarwioną powłoką znajduje się bezbarwna ciecz gorzka o nieprzyjemnym zapachu. Przyczyną tej wady jest wilgoć w oborze, zła, zepsuta i stęchła pasza, zadawana dojnym krowom, pozatem brudne i niechlujne utrzymywanie obory, krów i wymion, rąk dojarzy i naczyń do mleka.

**Mleko ciągliwe** lub śluzowate, powstaje wskutek zanieczyszczenia naczyń do mleka, jak również przez brudne utrzymanie obory.

**Mleko gorzkie** może być objawem choroby krowy, występuje naprzykład przy chorobie nerek, pęcherza, żołądka, czasem wskutek nadmiaru skarmionych ziemniaków lub zepsutej paszy. W tym wypadku należy ze 2 razy dziennie obmywać wymiona, a głównie strzyki 2% rozczynem sody oczyszczonej; mleko gorzkie po zgotowaniu należy gotować jeszcze w ciągu 6—8 minut.

**Mleko czerwone** może być spowodowane przez różne bakterje, rozwijające się w zabrudzonych naczyniach, mleko takie można oczyścić, cedząc przez watę higroskopijną lecz używać tylko po przegotowaniu.

**Mleko krwiste** jest objawem zapalenia wymienia u krowy, występuje po zjedzeniu przez krowę niektórych roślin szkodliwych jak skrzyp, ostromlecz i t. p. Może być również spowodowane przez kleszcze wpijające się w skórę krów na pastwiskach leśnych. Mleko takie po przecedzeniu koloru nie zmienia, używać go nie należy.

## Jak zapobiec wadom mleka?

Ogólne zasady zapobiegania tym wadom są następujące:

Przedewszystkiem należy zawsze utrzymywać czystość w oborach i izbach służących do przechowywania mleka.

Dbać o czystość krów i ich wymion, o czyste powietrze i o czystą podściółkę w oborze, o czystość naczyń używanych do mleka.

Chronić krowy przed przeziębieniem, żywić je paszą dobrą, świeżą, a poić je wodą czystą, niezbyt zimną.

Nie należy nigdy karmić krów w czasie dojenia, ponieważ to zmniejsza udój i zaśmieca mleko.

Mleko od krów chorych lub podejrzanych przechowywać i używać oddzielnie i nie mieszać go nigdy z mlekiem od krów zdrowych.

## O chorobach i szkodnikach drzew owocowych i o środkach zaradczych.

Bardzo często widzimy u drzew owocowych i dzikich, że liście zupełnie żółkną i drzewa przestają róść, jest to żółtaczka czyli chloroza. Rozmaite bywają przyczyny tej choroby a mianowicie: ziemia, klimat i warunki bytu drzew. Na ziemiach wapiennych, drzewa masowo podlegają tej chorobie, również na ziemiach ciężkich, wilgotnych i zimnych, a nawet i na najlepszych ziemiach, gdy drzewa nie korzystają w całej pełni ze światła słonecznego, to jest gdy są zacienione, popadają w chlorozę.

Lata pochmurne wpływają na rozwój tej choroby, a lata słoneczne i ciepłe leczą je. Chloroza może powstać również z przemarznięcia drzewa. Jeżeli chloroza jest w najwyższym stopniu, to już nic drzewu pomóc nie

można, liście stają się co roku bledsze, gałązki zasychają, na pniu powstają zgorzeliny rakowe i drzewo takie ginie. Największe szkody plantącjom grusz, wyrządza grzybek gruszkowy (Fusicladium pyrinum) przedstawia się on nam w postaci plamek czarnych i brunatnych, które szpecą owoc i psują nawet jego formę. Owoce dotknięte grzybkiem przestają róść, zupełnie tracą wartość, zaś liście dotknięte grzybkiem czernieją i zasychają. Grzyb ten rozmnaża się z bardzo drobnych zarodników, które bywają roznoszone przez wiatr; mokre lata sprzyjają rozwojowi tego grzyba, drzewa słabo rosnące więcej podlegają grzybowi niż drzewa zdrowe. — Znanym i wypróbowanym środkiem przeciw grzybowi jest zraszanie drzew cieczą bordoską. Pisaliśmy o niej rok temu.

Od młodości należy drzewa stale zraszać tą cieczą, zanim zaczną owocować. Pierwsze zraszanie stosujemy na wiosnę, dopóki drzewa nie zaczną rosnąć, cieczą trzyprocentową. Drugie gdy kwiaty nie są jeszcze rozwinięte jednoprocentowym roztworem, to jest 1 kg siarczanu miedzi i 1 kg. wapna na 100 l. wody. Trzecie zroszenia robimy w początkach czerwca słabszym roztworem, aby nie uszkodzić liści.

Rdza gruszy (Gymnosporangium Sabinae) pojawia się w lipcu, na ogonkach liściowych i owocach w postaci plam czerwono - pomarańczowych, ale wielkich szkód nie wyrządza.

*M. Ciszewska.*

---

# Konfitury i soki.

Z nadejściem lata przybywa dobrej gospodyni roboty, trzeba bowiem myśleć o zimowych zapasach. A więc smażyć będziemy konfitury, marmelady, przyrządzać soki i kompoty. Na całe lato nie zabraknie roboty, aż przyjdzie jesień — ze swemi znów grzybami, korniszonami, sałatkami, pomidorami i t. p.

W obecnym sezonie smażymy przedewszystkiem: truskawki, poziomki, agrest, wiśnie i róże.

**Truskawki**. Proporcja: na 1 kg. truskawek $1^1/_2$ kg. cukru i 1 szkl. wody.

Jeżeli chcemy otrzymać ładną konfiturę, należy brać truskawki dojrzałe, mocno czerwone, a jednak nie rozmiękłe. Obrać delikatnie z kielichów, wypłukać w zimnej wodzie z lodem, położyć na sito niech ociekną. Tymczasem przyrządzić syrop gęsty, wedle podanej wyżej proporcji. Gdy już jest zeszumowany i powierzchnia zaczyna się szklić — po odstawieniu z ognia, to jest już gotów; wtedy wrzucamy na wrzący syrop truskawki ale delikatnie i nie więcej jak jedną warstwę. Gdy się zagotuje, wstrząsnąć rondlem, poczem niech się jeszcze raz zagotują; wtedy zdjąć na pięć minut z ognia, potrząsnąć, ażeby szum się zbił w jedno miejsce, szumować dnem srebrnej łyżki. Potem znów postawić na ogień i znów zestawić i czynić to tak długo, aż jagody zaczną pęcznieć; przybiorą bursztynowy kolor i staną się przeźroczyste.

Wtedy należy zacząć je wyjmować na salaterkę. Chcąc mieć naprawdę ładne truskawki, trzeba koniecznie każdą jagodę wyjmować z osobna. Kiedy już wszystkie jagody gotowe, należy syrop jeszcze raz przegotować i gorącym zalać truskawki. Gdy należycie ostygną, składać do słojów, obwiązywać papierem pergaminowym, umaczanym w mleku.

**Powidełka (jam'y) truskawkowe** przyrządza się w podobny sposób, tylko można wziąć mniejsze jagody, nawet przejrzałe. Cukru się

bierze tyle samo co jagód, zwilża się go wodą i po zagotowaniu wsypuje wszystkie truskawki naraz. Otrzymujemy mniej lub więcej rozgotowaną i nie tak bardzo słodką masę. Składamy ją również wpierw na salaterkę, a dopiero po ostygnięciu do słojów. Ten rodzaj konfitur nadaje się do naleśników, wszelakiego rodzaju bucht, do przekładania tortów lub do chleba.

**Poziomki** można smażyć w taki sam sposób jak truskawki. Ale trzeba wiedzieć, że ziarenka poziomek mają gorycz silną; jeżeli kto tego przysmaku nie lubi, to musi smażyć poziomki bardzo krótko, wyjmując każdą przeźroczystą ze syropu osobno, bo jak się tylko nieco dłużej pogotują, to zaraz wychodzi gorycz ze ziaren.

**Sok poziomkowy** można przyrządzać dwojako:

I. sposób. Na 1 kg. pięknych, dojrzałych poziomek, wziąć 1 kg. cukru grysikowego. Sypać warstwami na przemian jagody i cukier, a potem zawiązać słój tiulem lub rzadkim muślinem i zręcznie obrócić dnem do góry na drugi słój, który musi być równy co do szerokości. Oba te słoje postawić na słońcu, a gdy wszystek sok przecieknie, zlewać go do małych butelek, zaraz korkować i oblewać lakiem. Przechowywać go należy w zimnem, a suchem miejscu. Taki sok nadaje się wybornie na galarety, do herbaty, albo do wody.

II. sposób: Dojrzałe poziomki rozgnieść na misce, włożyć tę masę do worka, uszytego w kształcie trójkąta (materja musi być rzadka), przewiązać mocno zaraz ponad miazgą z jagód i powiesić na 24 godz. nad miską. Potem zlać sok, który sam ściekł, nie wyciskając woreczka) ocukrzyć go, biorąc tyle cukru, co wyniesie objętość soku, przesmażyć zeszumować i zlać ostudzony do flaszek.

**Wiśnie** smaży się w ten sam sposób, co i truskawki, tylko że owoc musi być wydrelowany (a obmyty przed drelowaniem).

**Agrest** można smażyć dwojakim sposobem.

a) **Agrest drelowany.** Proporcja. 1 kg. agrestu, 2 kg. cukru, 2 szkl. wody. Drelowane duże jagody parzymy, rzucając na chwilę na ukrop; potem momentalnie spłókujemy je wodą z lodu (ta czynność nazywa się hartowaniem agrestu). Gdy woda z agrestu dobrze ocieknie wrzucamy go na wrzący syrop i smażymy tak długo, aż każdy będzie przeźroczysty.

b) **Agrest zwykłym sposobem.** Wszelakiej wielkości agrest spłókujemy, po obcięciu ogonków, wkładamy do mosiężnego rondla, dając na dno tylko trochę wody, poczem dodajemy cukru, biorąc tyleż cukru, co i jagód. Smażyć trzeba bardzo długo, aż konfitura nabierze czerwonobrunatnego koloru i zacznie gęstnieć. Taką konfiturę należy często mieszać, bo się łatwo przypala. Usmażoną wlewamy gorącą do kamiennych garnków, wtedy najlepiej się przechowuje.

Wychodzi pod redakcją Dr. E. Estreicherowej.
Redaktorka przyjmuje we wtorki i piątki (Wolska 6.) od 11—12.
Drukarnia „Powściągliwość i Praca" w Krakowie, Kaz. Wielkiego 95.